



علاقة القلق النفسي في اداء بعض المهارات في كرة القدم لدى طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الفراهيدي

مصطفى نجدت محمد علي
الجامعة التكنولوجية / قسم النشاطات الطلابية
mustafa.n.mohamedali@uotechnology.edu.iq

تاريخ الاستلام: 2025/11/25
تاريخ القبول: 2026/1/6
تاريخ النشر: 2026/4/1



Creative Commons Attribution 4.0 International License هذا العمل مرخص من قبل
ملخص البحث

إن التغييرات التي نراها في المنافسات الرياضية، خاصة في كرة القدم، ليست نتيجة للصدفة بل تعود إلى جهود كبيرة قام بها العلماء وخبراء الأكاديمية والتطبيق. لقد استخدموا أساليب علمية لرفع كفاءة الطلاب وتحسين قدراتهم في مختلف المستويات. يتم ذلك من خلال اختبارات علمية تهدف إلى قياس الأداء وفهم المستوى العام للقدرات الجسدية والمهارية، كما أنها تهدف لتقييم التغييرات النفسية التي قد تحدث خلال المنافسات، حيث يعد القلق من الظواهر النفسية الضرورية التي تؤثر على طلاب كرة القدم وجميع الرياضيين.

اذ يشعر الطلاب بالقلق في الغالب قبل بدء المباريات أو الاختبارات سواء كانت عملية أو نظرية. هذا القلق يتشكل نتيجة الأفكار وردود الفعل الداخلية، مما ينعكس سلباً على أدائهم.

وتم اختيار (35) طالباً بشكل عشوائي من طلاب السنة الأولى في كلية التربية البدنية بجامعة الفراهيدي، مما يمثل حوالي (7%) من العدد الكلي للطلاب في السنة الأولى والذين يبلغ عددهم (500) طالب.

وقد تم استبعاد الطالبات والرياضيين الذين يمتلكون خبرة مشابهة لطلاب منتخب الجامعة والأندية الرياضية في البلاد. اذ لا تخلو حياة أي طالب من قلق يطرأ خلال ممارسته للرياضة، والقلق بحد ذاته يمثل تحدياً، فهو يعد من الظواهر النفسية الطبيعية التي تصاحب المنافسات الرياضية. يعتبر تأثيره مهماً على أداء الطلاب، إذ يمكن أن يؤدي إلى تحسين الأداء عندما يحفزهم لبذل جهد أكبر، وفي المقابل يمكن أن يعيق الأداء بناءً على مستواهم، لكن العوامل المسببة للقلق تكون معروفة بينما يبقى مصدر القلق مجهولاً. حاول الباحث من خلال مراجعة الأغلب من المصادر أن يفهم كيف أن اضطراب القلق قد يؤدي إلى زيادة حساسية الطلاب، مما يجعله يميل إلى تضخيم الأمور والمواضيع، وهذا بدوره يزيد من قلقه ويؤثر عليه بشكل أكبر.

يكمن الهدف من هذه الدراسة في فهم تأثير القلق النفسي على أداء طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة الفراهيدي خلال الاختبارات العملية للعبة. هذا الأمر دفع الباحثين لإجراء هذه الدراسة لدراسة تأثير أنواع القلق النفسي المختلفة على كفاءة

الأداء المهاري. هناك علاقة مهمة بين مختلف جوانب كرة القدم أثناء الدروس أو المنافسات. لذا، يتضح جليا أهمية هذه الدراسة في الواقع الذي يواجهه الطلاب خلال اختباراتهم في المجال الرياضي. اذ استنتج الباحث وجود علاقة قوية بين متغير القلق الميسر وتغير درجة التحصيل المهاري لطلبة المرحلة الاولى – كلية التربية الرياضية وبصورة طردية مما يعني ان السيطرة على هذا العامل يمكن توظيفه لزيادة مستوى الاداء للرياضيين وجود علاقة متوسطة القوة وعكسية ما بين القلق المعوق والتحصيل المهاري والذي يعني ان زيادة هذا النوع من القلق له اثر عكسي على مستوى اداء الرياضيين

The relationship of psychological anxiety in the performance of some skills in football among first-stage students at the faculty of physical education and sports sciences, Farhadi University

Mustafa Najdat Muhammad Ali
University of Technology / Department of Student Activities
mustafa.n.mohamedali@uotechnology.edu.iq

Research Summary

The changes that we see in sports competitions, especially in football, are not the result of chance but are due to great efforts made by scientists, academic and application experts. They used scientific methods to raise the efficiency of students and improve their abilities at various levels. This is done through scientific tests aimed at measuring performance and understanding the overall level of physical and skill abilities, and they also aim to assess psychological changes that may occur during competitions, where anxiety is one of the necessary psychological phenomena that affect football students and all athletes.

Students are often worried before the start of games or tests, whether practical or theoretical. This anxiety is formed as a result of internal thoughts and reactions, which negatively affects their performance.

(35) students were randomly selected from the first-year students at the Faculty of physical education at Farahidi University, representing about (7%) of the total number of first-year students numbering (500) students.

Female students and athletes with similar experience to students of the University national team and sports clubs of the country were excluded.

The life of any student is not without anxiety that arises during his practice of sports, and anxiety itself is a challenge, it is one of the natural psychological phenomena that accompany sports competitions. It can lead to improved performance when it motivates them to make a greater effort, and in turn, it can hinder performance based on their level, but the factors causing anxiety are known while the source of anxiety remains unknown. By reviewing the majority of sources, the researcher tried to understand how anxiety disorder may lead to increased sensitivity of students, which makes him tend to exaggerate things and topics, and this in turn increases his anxiety and affects him more.

The aim of this study is to understand the impact of psychological anxiety on the performance of students of the faculty of physical education at Farahidi University during practical tests of the game. This prompted the researchers to conduct this study to study the impact of different types of psychological anxiety on the efficiency of skill performance. There is an important connection between various aspects of football during lessons or competitions. Therefore, the relevance of this study is clearly demonstrated by the reality that students face during their tests in the mathematical field.

The researcher concluded that there is a strong correlation between the facilitated anxiety variable and the change in the degree of skill achievement of students of the first stage – the faculty of physical education, which means that controlling this factor can be employed to increase the level of performance of athletes there is a medium-strong and inverse relationship between disability anxiety and skill achievement, which means that increasing this type of anxiety

1-1 المقدمة واهمية البحث:

إن التطورات التي نراها في المنافسة الرياضية، خصوصاً في لعبة كرة القدم، لم تأت من الفراغ بل هي نتيجة جهود كبيرة بذلها علماء وخبراء في مجالي الأكاديمية والتطبيق. لقد استخدموا طرق علمية تهدف إلى تحسين مهارات الطلاب وقدراتهم على مختلف المستويات. يتم ذلك من خلال اختبارات علمية تهدف إلى قياس الأداء وفهم المستوى العام للقدرات البدنية والمهارية. كما أنها تهدف إلى تقييم التغيرات النفسية التي قد تحدث أثناء المنافسات، حيث يعد القلق واحداً من هذه الظواهر النفسية المهمة التي تؤثر على طلاب كرة القدم وكافة الرياضيين.

فإن الطلاب غالباً ما يشعرون بالقلق قبل بدء المباريات أو الاختبارات العملية أو النظرية، وهذا القلق ينشأ من ردود الفعل الداخلية والأفكار التي تتشكل في أذهانهم، مما يؤثر على أدائهم.

تكمن أهمية هذا البحث في فهم مدى تأثير القلق النفسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة الفراهيدي على أدائهم خلال الاختبارات العملية للعبة. هذا هو الأمر الذي دفع الباحثين لتنفيذ هذا البحث بهدف دراسة تأثير أنواع القلق النفسي المختلفة على كفاءة الأداء المهاري. وهناك رابط مهم بين مختلف مكونات كرة القدم أثناء الممارسات في الدروس المنهجية أو المنافسات الرياضية. لذلك، يظهر جلياً أهمية هذا البحث في الواقع الذي يواجهه الطلاب أثناء اختباراتهم في المنافسات الرياضية.

2-1 مشكلة البحث:

لا تخلو حياة أي طالب من قلق يطرأ خلال ممارسته للرياضة، والقلق بحد ذاته يمثل تحدياً، فهو يعد من الظواهر النفسية الطبيعية التي تصاحب المنافسات الرياضية. يعتبر تأثيره مهماً على أداء الطلاب، إذ يمكن أن يؤدي إلى تحسين الأداء عندما يحفزهم لبذل جهد أكبر، وفي المقابل يمكن أن يعيق الأداء بناءً على مستواهم، لكن العوامل المسببة للقلق تكون معروفة بينما يبقى مصدر القلق مجهولاً. حاول الباحث من خلال مراجعة الأغلب من المصادر أن يفهم كيف أن اضطراب القلق قد يؤدي إلى زيادة حساسية الطلاب، مما يجعله يميل إلى تضخيم الأمور والمواضيع، وهذا بدوره يزيد من قلقه ويؤثر عليه بشكل أكبر. لذا، فإن فهم حالات القلق أثناء ممارسة المهارات واختبارات الطلاب في كرة القدم يعد أمراً ضرورياً في الوقت الحالي، في ظل التطور الحاصل في مجالات كرة القدم. بناءً على ما تقدم، يظهر أهمية دراسة هذه المسألة لفهم كيفية تأثير القلق على أداء الطلاب خلال الاختبارات العملية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة أثناء بعض الأنشطة العملية في الدروس المنهجية.

3-1 اهداف البحث:

- 1- التعرف على مستوى القلق لدى طلاب جامعة الفراهيدي.
- 2- التعرف على علاقة القلق المعوق والقلق الميسر في أداء بعض المهارات الهجومية بكرة القدم.

4-1 فرضية البحث:

- 1- هناك علاقة دالة بين القلق الميسر والقلق المعوق في أداء بعض المهارات الهجومية بكرة القدم لدى الطلاب.

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال الزمني: الفترة 2025/11/17-2024/10/1
- 2-5-1 المجال المكاني: ملاعب كرة القدم – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الفراهيدي.
- 3-5-1 المجال البشري: طلبة المرحلة الأولى للعام الدراسي 2025-2024

3-منهج البحث واجراءاته

1-3 منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث لغرض معرفة إثر أنواع القلق الذي يصيب اغلب طلبة كلية التربية الرياضية أثناء ادائهم للاختبارات مهارية في الدروس العملية في كرة القدم ومدى أثر تلك الحالة النفسية على مستوى كفاءة ادائهم، التركيز على الظواهر القائمة بجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها أي يركز على ما هو كائن الان (نوري الشوك، رافع الكبيسي، 2004).

2-3 عينة البحث:

تم اختيار (35) طالبًا بشكل عشوائي من طلاب السنة الأولى في كلية التربية البدنية بجامعة الفراهيدي، مما يمثل حوالي (7%) من العدد الكلي للطلاب في السنة الأولى والذين يبلغ عددهم (500) طالب. وقد تم استبعاد الطالبات والرياضيين الذين يمتلكون خبرة مشابهة لطلاب منتخب الجامعة والأندية الرياضية في البلاد. يجب الحرص على اختيار عينة البحث بحيث تعكس بشكل دقيق مجتمع البحث، حيث أنها تعد جزءًا أساسيًا من المجموعة التي يتم اختيارها وفقًا لأسس علمية وطرق منهجية لضمان تمثيل صحيح ودقيق.

جدول (1) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط وقيمة معامل الالتواء في المهارات الاساسية لعينة البحث

ت	القياسات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	المناولة بالقدم	درجة	5.40	5.50	1.17	0.25-
2	الدرجة والتهديف	درجة	10.33	10.00	1.16	0.55
4	السيطرة على الكرة	درجة	12.09	12.48	1.46	0.45-

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث في بعض انواع القلق النفسي

ت	القياسات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	القلق المعوق	درجة	37.33	37.03	5.44	0.14
2	القلق الميسر	درجة	33.09	33.00	4.02	0.10

ومن خلال استعراض نتائج جداول رقم (1)، (2)، يتضح ان قيم معامل الالتواء توزعت بين (-3) و (+3) مما يدل على ان هناك تجانسا في قياسات الطول والعمر والوزن لأفراد عينة البحث وكذلك متغيرات البحث في اختبارات المهارية والنفسية وظهر ان هناك تجانسا في هذه المتغيرات وبمستوى المنحني الطبيعي.

3-3 اختيار الاختبارات المهارية

من خلال الخبرة التطبيقية والتدريسية في مجال اللعبة تم اختيار الاختبارات المناسبة لبعض المهارات الاساسية بكرة القدم والمستخدمه سنويا وفي اعطاء درجات الفصل في المادة العملية لدروس كرة القدم وهي كما يلي:
تعطي للطلاب ثلاث اختبارات مهارية والتي هي من أصل أربع مهارات اساسية بكرة القدم والمهمة في مجال اللعبة والتي تم التدريب عليها خلال الدروس العملية في فصول الدراسة.

1-3-3 الاختبار الاول (Dribble and shot) (فاخر عاقل، 1979)

الدرجة بين الشواخص ثم التهديف على حارس المرمى وتحتسب (20) عشرون درجة على اداء هذا الاختبار مقسمة بين اداء الدرجة ومستوى التهديف ثم تعطي اعلى درجة يحصل عليها الطالب من خلال أداء الاختبار مرتان بأوقات متفاوتة.

2-3-3 الاختبار الثاني (Ball Control)

(السيطرة والتحكم بالكرة) يتكون هذا الاختبار من جزئين: (الاول) السيطرة والتحكم بالقدمين والفخذين وباقي اجزاء الجسم ما عدا الرأس تحتسب اعلى رقم يصل اليه اللاعب في السيطرة ثم تحتسب الدرجة النهائية من (10) درجات حسب النسبة المئوية للرقم الاصلي.

(الجزء الثاني) اختبار السيطرة على الكرة اعطاء الطالب الفرص الكاملة للسيطرة والتحكم بالكرة بالرأس وتعطي (10) درجات كحد اعلى بمستوى اداء اللاعب لتصبح الدرجة النهائية لهذا الاختبار بجزئيه الاول والثاني (20) عشرون درجة.

3-3-3 الاختبار الثالث Arial pass for accuracy

المناوله من المسافة (20م) نحو دائرتين متداخلتين نصف قطر الاولى (3 ياردة) والدائرة الثانية نصف قطرها (2 ياردة) يعطي للطالب (4 كرات) يقوم باجراء التمرين عن طريق مناوله الكرة على الدوائر المرسومة على الارض لكل كرة (5) درجات تبدأ تصاعدياً من سنتر الدائرة وهي درجة كاملة وصفرًا للكرة خارج الدوائر، والدرجة النهائية لهذا الاختبار (20) عشرون درجة.

4-3 اختيار الاختبارات النفسية

1-4-3 اختبار القلق الميسر والقلق المعوق للرياضيين

أعدّه) محمد حسن علاوي، (1998) في ضوء اختبار قلق التحصيل (Achievement anxiety test) يتكون المقياس من بعدين الاول بعد القلق الميسر من (10) عبارات ويتكون البعد الثاني (القلق المعوق) من (10) عبارات كذلك واوازن العبارات كما يلي:

تمنح 5 درجات عند الاجابة: دائما

تمنح 4 درجات عند الاجابة: غالبا

تمنح 3 درجات عند الاجابة: احيانا

تمنح 2 درجات عند الاجابة: نادرا

تمنح 1 درجة عند الاجابة: ابدا

والدرجة النهائية لكل بعد هي مجموع درجة العبارات الخاصة بهذا البعد.

والدرجة العالية على بعد القلق الميسر يشير الى زيادة اسهام القلق في الارتقاء بمستوى اداء الفرد الرياضي والدرجة المنخفضة على هذا البعد تشير الى قلة اسهام القلق في الارتقاء بمستوى اداء اللاعب.

والدرجة العالية على بعد القلق المعوق تدل على زيادة التأثير السلبي للقلق على مستوى اداء اللاعب والدرجة المنخفضة على هذا البعد تدل على قلة التأثير السلبي للقلق على مستوى اداء الرياضي.

5-3 التجربة الاستطلاعية

أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية الاولى للوقوف على كل المعوقات التي قد تصادف الباحثون اثناء تطبيق الاختبارات لإمكانية تفاديها فقد أجرى الباحثون الاختبارات قيد الدراسة على عينة من الطلاب عددهم (5) إذ تم استبعادهم من العينة الرئيسية وهذه التجربة بتاريخ 2024/1/8م وبعد مرور اسبوع اجريت التجربة الاستطلاعية الثانية على نفس العينة بتاريخ 2024/1/15م وبنفس الظروف التي اجريت التجربة الاستطلاعية الاولى لغرض التوصل الى نتائج من خلالها تستخدم في ايجاد الاسس العلمية لهذه الاختبارات.

3-6 الاسس العلمية لاختبارات البحث**3-6-1 ثبات الاختبار**

قام الباحثون باستخراج ثبات الاختبار عن طريق استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات نتائج اختباري الاستطلاعية الاولى والثانية في المقياس الثابت إذا قاس نفس الشيء مرات متتالية وبنفس الظروف والعينة ذاتها.

3-6-2 صدق الاختبار

بما ان صدق الاختبار هي صفة نسبية وليست مطلقة فقد قام الباحث لإيجاد الصدق الذاتي (Index of Reliability) عن طريق الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار وقد ظهر ان الاختبارات تتمتع بدرجات صدق عالية.

جدول (3) يبين الاسس العلمية للاختبارات (الصدق والثبات)

ت	الاختبارات	الثبات	الصدق
1	اختبار السيطرة على الكرة	0.84	0.91
2	اختبار الدحرجة والتهديف	0.93	0.96
3	اختبار المناولة	0.78	0.88
4	اختبار القلق النفسي	0.74	0.86

3-7 وسائل جمع المعلومات والاجهزة المستخدمة للبحث**3-7-1 وسائل جمع المعلومات:**

استخدم الباحث كل الوسائل التي يمكن من خلالها جمع البيانات والمعلومات الدقيقة لحل مشكلة البحث وتحقيق اهدافه ومن اهمها:

- 1- المراجع والمصادر العربية والاجنبية.
- 2- استمارة استبيان لاختبار القلق فهو الوسيلة الوحيدة الميسرة لتعريض لمثيرات مختارة في المقياس ومرتبة بعناية تقصد جمع البيانات والوصول الى حقائق في مجال الدراسة.
- 3- استمارات جمع البيانات المعينة بالدراسة من خلال تسجيل نتائج الاختبارات (قيد الدراسة).

3-4-2 الاجهزة والادوات المستعملة:

- ملعب كرة القدم

- كرات القدم (10)

- اعلام

- صفارة

- ساعة توقيت

- شواخص (10)

- حاسوب الي

3-8 المعالجات الاحصائية:

تم استعمال الحقيبة الاحصائية (SPPP)

- النسبة المئوية
- الوسط الحسابي
- الوسيط
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- معامل الارتباط
- معامل الانحدار الخطي

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

يتضمن الفصل الرابع عرض النتائج التي ظهرت من قياسات واختبارات عينة البحث وتحليلها ومناقشتها بعد معالجتها احصائيا وانسجاما مع الاهداف والفروض اعد الباحثون في جداول خاصة يتبين من خلالها الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات المهارية والنفسية التي تم اجراءها على عينة البحث البالغ عددها (35) طالبا وكما يلي:

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات المهارية (قيد الدراسة)

ت	القياس	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	السيطرة على الكرة	درجة	10.33	1.64
2	الدرجة والتهديف	درجة	11.14	1.88
3	المناوله	درجة	5.40	1.17

يتبين من الجدول رقم (4) ان الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للدرجات التي حصل عليها افراد عينة البحث في القياسات للمهارات الاساسية بكرة القدم (قيد الدراسة) حيث كانت معدل الوسط الحسابي لأفراد عينة ابحث لمعدل الدرجات النهائية في اختبار السيطرة على الكرة (تنطط الكرة بالهواء) كان

(10.33) درجة وبانحراف معياري مقداره (1.64) درجة اما نتائج الاختيار الثاني (الدرجة والتهديف) لأفراد عينة البحث كان الوسط الحسابي (11.14) وبانحراف معياري مقداره (1.88) فضلا عن الاختبار المهاري الثالث (قيد الدراسة) وهو مهارة مناولة الكرة على دوائر مرسومة على الارض فكان الوسط الحسابي (5.40) درجة وبانحراف معياري مقداره (1.17) درجة.

وكان قيمة الوسط الحسابي للدرجة النهائية التي حصل عليها افراد العينة للاختبار المهاري الرابع في الرمية الجانبية بمقدار (15.54) درجة وبانحراف معياري مقداره (2.19) درجة.

فيما كان الوسط الحسابي مقداره (13.06) درجة وبانحراف معياري مقداره (1.93) درجة لنتائج درجات المقياس الخامس لمهارة (اخماد الكرة) لأفراد عينة البحث.

جدول (5) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات النفسية (قيد الدراسة)

ت	انواع القلق	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	القلق الميسر	درجة	3.16	1.110
2	القلق المعسر	درجة	3.79	1.880

يتضح من الجدول رقم (5) ان الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات النفسية (القلق) التي تمت على افراد عينة البحث (قيد الدراسة) كانت معدل الوسط الحسابي لأفراد العينة في القلق الميسر تبلغ (3.14) درجة وبانحراف معياري مقداره (1.110) درجة فيما بلغ قيمة الوسط الحسابي في القلق المعسر على افراد عينة البحث كان بمقدار (3.79) درجة وبانحراف معياري مقداره (1.880) درجة.

1-4 عرض نتائج الاختبارات المهارية ومناقشتها:

جدول (6) درجات الاختبار المهاري ودرجات القلق لعينة البحث

قلق		تحصيل مهاري	ت	قلق		تحصيل مهاري	ت
المعوق	الميسر			المعوق	الميسر		
40	36	0.38	18	31	20	0.41	1
33	28	0.43	19	22	14	0.69	2
38	20	0.39	20	33	28	0.35	3
21	27	0.50	21	21	20	0.78	4
31	20	0.55	22	28	27	0.74	5
38	25	0.48	23	34	18	0.32	6
32	24	0.33	24	28	25	0.50	7
28	14	0.40	25	18	24	0.59	8
37	29	0.49	26	35	22	0.30	9
41	19	0.28	27	32	18	0.28	10
28	28	0.44	28	25	22	0.42	11
29	30	0.47	29	21	30	0.65	12
29	22	0.45	30	24	28	0.55	13
39	33	0.41	31	28	33	0.54	14
34	18	0.33	32	32	21	0.40	15
33	20	0.39	33	22	39	0.69	16
28	17	0.39	34	30	22	0.73	17
				39	23	0.40	35

4-2 علاقة القلق بالاختبار المهاري:

جدول رقم (7) يبين مصفوفة الارتباط البسيط بين درجتي القلق (الميسر، المعوق) مع نتائج الاختبار المهاري لعينة البحث ومعامل الارتباط الجزئي والمتعدد.

جدول (7) مصفوفة الارتباط للعلاقة بين حالتي القلق مع التحصيل المهاري

العلاقة مع التحصيل المهاري	الحالة	نوع العلاقة
0.75	قلق ميسر	بسيط
-0.47	قلق معوق	
0.76	ميسر / معوق	جزئية
-0.51	معوق / ميسر	
0.82	ميسر معوق	متعددة

يتبين من الجدول: -

- وجود علاقة قوية طردية بين القلق الميسر والتحصيل المهاري حيث بلغت قيمة معامل الارتباط البسيط بينها 0.75 وهذا يوشر ان ارتفاع القلق الميسر للرياضي يؤدي الى ارتفاع درجة التحصيل المهاري له والعكس صحيح.
- وجود علاقة متوسطة وعكسية بين القلق المعوق والتحصيل المهاري بمعامل الارتباط بلغ -0.47 وهذا يعني ان ارتفاع القلق المعوق للرياضي يؤدي الى انخفاض درجة التحصيل المهاري له والعكس صحيح. (معامل الارتباط بين القلق الميسر والمعوق كانت -0.19).
- العلاقة الجزئية بين القلق الميسر والتحصيل المهاري عند ثبات تأثير القلق للمعوق كانت قوية وطرديّة وبلغت 0.76 في حين القلق المعوق والتحصيل المهاري عند ثبات تأثير القلق الميسر متوسطة القوة وعكسية وهذا يتماشى الى حد كبير مع قيم معاملي الارتباط البسيط بين القلق الميسر والقلق المعوق مع التحصيل المهاري كلا على حده كما يتبين في (2، 1).
- العلاقة المتعددة بين القلق الميسر والقلق المعوق مجتمعين مع التحصيل المهاري كانت قوية جدا حيث بلغت 0.82 وهذا يوشر ان التأثير المشترك لنوعي القلق الميسر والمعوق على التحصيل

جدول رقم (8) تقديرات معاملات الانحدار واختبارها

اختبار t	الخطأ العشوائي	تقدير العامل	المتغير
5.78	8.94	0.51	الحد الثابت
7.71	0.16	0.26	X_1
-5.96	0.21	-0.27	X_2

يتبين من الجدول أعلاه:

- 1- القيمة التقديرية لثابت النموذج بلغت 0.51 بخطأ تقدير بلغ 8.94 وهذا يؤثر بان نتيجة التحصيل المهاري عند عدم اخذ إثر العاملين (X_1 , X_2) تكون في المتوسط 0.51 وهذه القيمة معنوية احصائيا حسب اختبار (t) الذي بلغت قيمتها 5.78 وهي أكبر من أي قيمة جدولية بمستوى 5% و 1%.
- 2- القيمة التقديرية لعامل التغير الاول - القلق الميسر - بلغت 0.026 والتي تعني بان زيادة القلق الميسر بدرجة واحدة تؤدي الى ارتفاع درجة التحصيل المهاري بتلك القيمة في حين القيمة التقديرية لمعامل المتغير الثاني - القلق المعوق -

كانت - 0.27 والتي تؤدي الى انخفاض التحصيل المهاري عند ارتفاع القلق المعوق بدرجة واحدة والعكس صحيح. مع ملاحظة ان الخطأ العشوائي لتقديرها بلغت 0.16، 0.21 على التوالي وهما معنويتان احصائيا. من خلال الجداول أعلاه ونتائج الدراسة وجود علاقة بين القلق والتحصيل المهاري لعينة البحث وبالتالي فأن كلما زاد عامل القلق على الطالب اثناء الأداء ممكن يؤثر بطريقتين اما ان يعمل القلق الميسر فهذا يؤدي الى ارتفاع مستوى أداء المهارات وبالتالي يعكس على التحصيل المهاري بالمجمل والاتجاه الثاني ان يعمل القلق المعوق لذا يعود بالسلب على الطالب اذ تظهر حالات القلق والارتباك اثناء أداء المهارات لهذا يؤثر بالدرجة الأساس على التحصيل المهاري وتنعكس على دافعية الطلاب لتعلم المهارات وتحصيلهم وهذا ما يتفق مع (الزهران، 2019).

وهذا ما يشير اليه حول العلاقة بين القلق للفرد ونجاحه في الحياة المهنية وقد توصل المهتمون في هذا المجال الى ان القلق يؤثر بصورة مباشرة بالنجاح في الحياة ولكن من الصعب ان نحدد الى أي مدى تصل الاسهام في تلك النسبة والتحصيل المهاري للطلاب (مروان عبد المجيد ومحمد الياسري، 2003). ويتبين من الجداول أعلاه ان هناك علاقة طردية بين القلق الميسر والتحصيل المهاري ان كلما زاد مستوى القلق الميسر على الطلاب اثناء الاختبار زاد من مستوى تحصيلهم المهاري اثناء الاختبارات وهذا ما يدفع الطالبة الى بذل جهد مضاعف في الحصول على نتائج جيدة اثناء الاختبار والابتعاد عن الخمول اما اذا زاد مستوى القلق عن الحد الطبيعي أدى ذلك الى انعكاس سلبي في العمليات العقلية والنفسية والانفعالية والتي تؤثر بدورها على القدرات البدنية والمهارية والتوافقية لدى الطلاب وهذا ما أكده (عصام النمر، 2008) ان كلما زاد مستوى القلق المعوق لدى الطلاب أدى الى انخفاض مستوى الأداء والتحصيل المهاري اثناء الاختبارات.

ومن خلال الجداول أعلاه يرى الباحث تلك العلاقة بين القلق المعوق والتحصيل المهاري ويعود سبب ذلك الى ضعف الاعداد النفسي لدى الطلاب اثناء الاختبارات المهارية والخبرات المتراكمة والغير ملائمة اتجاه الأداء او التفكير السلبي نحو الاختبار المهاري حيث الاعتقاد السائد لدى عينة البحث بالخوف من الفشل او ضعف الثقة في أداء الاختبار بنجاح مما يؤثر سلبا على قدرتهم على التحصيل المهاري بشكل مجمل وهذا ما يتفق معه (محمد حسن علاوي، 2002) ان الخبرات الانفعالية الناتجة عن اتقان المهارات الحركية التي تتطلب المزيد من الرشاقة والتوازن والشجاعة والجرأة اذ ان إحساس الفرد بقدرته على الأداء تستدعي الانفعالات السارة لدى الرياضي على أداء مثل هذه المهارات الحركية الرياضية التي تتسم بالصعوبة وتحتاج الى الدقة اما توقع الرياضي بالفشل في أداء تلك المهارات او عدم القدرة على الأداء الجيد ويستدعي الخبرات الانفعالية الغير سارة المؤثرة سلبا في الأداء. كما يعزو الباحث العلاقة بين القلق والاختبارات المهارية لدى طلاب عينة البحث الى ضعف الاعداد البدني للطلاب وقله ممارسة لعبة كرة القدم بحكم البيئة المجتمع التي تضع بعض القيود على ممارسة اللعبة حيث ان مستوى القلق يرتفع كلما ادرك الطالب ان الأداء غير معتاد عليه او يتطلب الدقة وبذل الجهد والسرعة في الأداء وهذا ما يتفق معه الباحث (ذو الفقار صالح عبد الحسين، 2015) ان ارتفاع مستوى القلق يناسب الأداء الرياضي الذي يتطلب القوة العضلية والتحمل والدقة والسرعة في الأداء .

كما يبين الباحث الى حدوث تغييرات لا ارادية لدى الطلاب ولا يعرف الطالب مصدر تلك التغييرات التي أحدثت خلل في القدرات العقلية والبدنية والمهارية كالإحساس بالخوف والتشاؤم وعدم الرغبة في الأداء رغم ان الأداء ليس صعبا لكن بينا عدم وجود الخبرات الإيجابية لدى العينة وقلة الممارسة التي تجعلهم يشعرون بعدم الاستقرار وعدم الرغبة في أداء الاختبارات المهارية بصورة صحيحة وهذا ما يعود بالسلب على التحصيل المهاري ، لذا يجب الالتفات الى العامل النفسي منذ مراحل الدراسة الأولى وصولا الى الجامعات ويجب التأكيد على تنشيط الرياضة بصورة عامة وكرة القدم بصورة خاصة ومراعاة العامل النفسي لدى طلاب جامعة الفراهيدي حتى تتكون تراكمات وخبرات إيجابية نحو أداء لعبة كرة القدم مما يؤدي الى الارتفاع بالمستوى بالتدرج حيث مثلما بينا سابقا ان كلما كان الاعداد النفسي عاليا وقل القلق المعوق وزاد القلق الميسر تمكن الطلاب من الأداء الجيد والابتعاد عن التشتيت وزيادة التحصيل المهاري .

الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات:

1-1-5- وجود علاقة قوية بين متغير القلق الميسر وتغير درجة التحصيل المهاري لطلبة المرحلة الاولى – كلية التربية الرياضية وبصورة طردية مما يعني ان السيطرة على هذا العامل يمكن توظيفه لزيادة مستوى الاداء للرياضيين.
 2-1-5- وجود علاقة متوسطة القوة وعكسية ما بين القلق المعوق والتحصيل المهاري والذي يعني ان زيادة هذا النوع من القلق له اثر عكسي على مستوى اداء الرياضيين.
 3-1-5- وجود علاقة خطية سببية ما بين تغير درجة التحصيل المهاري وتغير حالي القلق الميسر والمعوق لدى طلبة المرحلة الاولى.
 وان كلا العاملين يشكلان نسبة كبيرة جدا من التغير في مستوى اداءهم.

2-5 التوصيات:

1-2-5- ضرورة مراعاة الحالة النفسية للفرد او الرياضي عند مزاولته للعبة من خلال تهيئة الظروف المناسبة لرفع الروح المعنوية له لغرض رفع مستوى اداءه.
 2-2-5- تبصير الطلبة وبأسلوب علمي بأثر العوامل النفسية على مستوى ادائهم ومعالجة حالات القلق وخاصة النفسي والذي يمكن ان يشكل عامل احباط وتأثير عكسي على مستوى الاداء.
 3-2-5- التوسع بالاختبارات العلمية ووضع معايير محددة عند اختبار وتحديد اللاعب الافضل واعتماد العامل النفسي مؤشرا اساسيا الى جانب المهارة والكفاءة في اللعب.
 4-2-5- لتحسين مستوى اداء اللاعبين في المهارات الاساسية بكرة القدم يرفع التشخيص والتوصيف الجيد لمتطلبات الاداء التي توصلت اليها نتائج الدراسة.
 5-2-5- ضرورة تقييم التغيير في مستوى الاداء المهاري من خلال التعرف على نتائج مستوى الحالة النفسية للاعبين.
 6-2-5- في ضوء التوصيات السابقة من الضروري اعطاء فرصة للخبراء والاكاديميون الاختصاص في العلوم النفسية من اخذ مكانتهم المهمة مع الرياضيين في الالعاب الرياضية وعدم اهمال الجوانب النفسية في التدريب والمنافسات.

المصادر العربية

- 1- محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضية، مصر، دار المعارف، 1994، ص279.
- 2- محمد حسن علاوي، مدخل علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، 1998
- 3- فاخر عاقل: أسس البحث العلمي في العلوم السلوكية، ط1، دار العلم للملايين، بيروت، 1979، ص233.
- 4- ذو الفقار صالح عبد الحسين: كرة قدم (تعليم- تدريب)، ط1، شركة الغدير للطباعة والنشر، البصرة، 2015.
- 5- عصام النمر: القياس والتقويم في التربية الخاصة، عمان، دار اليازوري للطباعة، 2008.
- 6- الزهراء، سبسيان (2019)، قلق الامتحان وعلاقته بالتحصيل الدراسي، دراسة وصفية لتلاميذ السنة الأولى ثانوية بولاية مستغانم، مجلة التنمية البشرية، مجلد6، العدد4.
- 7- مروان عبد المجيد ومحمد الياسري: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1، عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، 2003.

المصادر الاجنبية:

- Kenow IS Willims J.M "Relationship between anxiety self confidence and evaluation of couching behaviors "sport psychologist (chompamgn.Ill) 6,4 Dec 1992.
- Parfitt. G. Hardy "the effect of competitive anxiety on momoi-y span and redound shooting tasks in basketball " players. journal of sports since (London). 11. 6 Dec 1993.
- Wong and others "relation between sports context competitive trait anxiety perceived ability and self- prsention confidence in team sports Us individual- sport" pearceptual and -motor skills Vol 76 (3.pt 1) p847-850. jun1993.
- Krane -vikki and others "competitive anxiety stuation criticality and softball performance " sport psychologist, Vol H (1) 58- 72 Mar 1994.
- Meek, Taylor: Business statistic “, 1987, Aiiyn and Bacon, INC.

ملحق (1) يوضح مقياس القلق النفسي (الميسر، المعوق) على عينة البحث.

1	التوتر الذي اشعر به قبل المنافسة يساعدني على الاجادة
2	كلما ازدادت اهمية المنافسة اشعر بأنني لن أستطيع اظهار أحسن ما عندي من قدرات
3	عندما ينصحني المدرب في اخر لحظة قبل المنافسة ببعض النصائح فاني أجد سهولة كبيرة في تنفيذ نصائحه اثناء المنافسة
4	مستوى أدائي يصل القمة في المنافسات المهمة جداً
5	عندما ارتكب بعض الاخطاء في بداية المنافسة فان ذلك يساعد على ارتباكي لفترة طويلة
6	قبل المنافسات المهمة اشعر بالخوف من الاصابة ويؤدي ذلك الى اضطرابي وعدم اجادتي
7	قبل المنافسة وعندما تزداد دقات قلبي او أحس ان تنفسي أسرع من المعتاد فان ذلك يساعد على تهيئتي لبذل أقصى جهدي
8	عندما اكون عصبياً او قلقاً قبل بدء المنافسة فاني لا أستطيع تركيز كل انتباهي اثناء المنافسة
9	عندما اشعر قبل المنافسة بانني متوتر وخائف فاني انجح في السيطرة على اعصابي اثناء المنافسة
10	اشتر اكي ضد منافسين على درجة عالية جداً من اللياقة والمهارة يساعد على زيادة حماسي اثناء المنافسة
11	التوتر الذي اشعر به قبل المنافسة يعوقني عن الاجادة اثناء المنافسة
12	عند ارتباكي لبعض الاخطاء في بداية المنافسة فان ذلك ينفعني لبذل أقصى جهدي لتعويض هذه الأخطاء
13	عندما ينصحني المدرب في اخر لحظة قبل المنافسة فاني اجد صعوبة كبيرة في تنفيذ نصائحه اثناء المنافسة
14	تظهر اجادتي في المنافسات المهمة او الحاسمة اكثر من اجادتي في المنافسات غير المهمة او التي لا تتميز بالحساسية
15	قبل المنافسة المهمة اشعر بانني غير واثق من نفسي ولكن متى بدأت المنافسة فان ثقتي بنفسني تزداد
16	قد اكون عصبياً وقلقاً قبل بدء المنافسة ولكن عندما تبدأ فاني انسى حالتي بسرعة واركنز انتباهي على المنافسة.
17	عندما تزداد دقات قلبي او اشعر ان تنفسي أسرع من المعتاد فان ذلك لا يساعد على بذل أقصى جهدي في المنافسة
18	مستوى أدائي يقل بدرجة واضحة في المنافسات المهمة جداً
19	قبل المنافسة يظهر على التوتر والخوف واحتاج اثناء المنافسة الى فترة من الوقت لكي اعود الى حالتي الطبيعية
20	اشتر اكي ضد منافسين على درجة عالية جداً من اللياقة والمهارة يساعد على ارتباكي اثناء المنافسة